
Pressemitteilung

Umfrage der Stiftung Warentest: Psychotherapie sehr wirksam

Viele Patienten warten schon mehr als ein Jahr, bevor sie Hilfe suchen

Berlin, 27. Oktober 2011: Psychotherapie ist aus Sicht der Patienten sehr wirksam. Nach einer Umfrage der Stiftung Warentest erleben 77 Prozent der psychisch kranken Menschen ihr seelisches Leiden zu Beginn der Therapie als „sehr groß“ oder „groß“. Nach Abschluss der Behandlung lag dieser Anteil nur noch bei 13 Prozent. 61 Prozent berichteten von einer leichteren Bewältigung des alltäglichen Stresses und 53 Prozent von einer gestiegenen Arbeitsfähigkeit. Knapp 80 Prozent waren insgesamt mit ihrem Psychotherapeuten „zufrieden“ oder „sehr zufrieden“.

Nicht jeder psychisch Kranke sucht jedoch sofort Hilfe. Knapp zwei Drittel der Befragten entschieden sich erst nach mehr als einem Jahr, einen Psychotherapeuten zu suchen. Jeder Fünfte wartete sogar länger als zehn Jahre bis zu diesem Schritt. „Viele psychisch kranke Menschen zögern immer noch zu lange, bis sie sich behandeln lassen“, stellt Prof. Dr. Rainer Richter, Präsident der Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK), fest. Denn die erfolgreiche Behandlung einer psychischen Erkrankung ist umso schwieriger, je länger ein Mensch bereits erkrankt ist und je häufiger diese Beschwerden schon aufgetreten sind.

„Wer sich zu einer Behandlung entschließt, findet in Deutschland jedoch kurzfristig keinen Psychotherapeuten“, kritisiert BPTK-Präsident Richter. Nach einer Umfrage der Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK) wartet ein Ratsuchender durchschnittlich drei Monate auf ein erstes Gespräch beim Psychotherapeuten. „Wir haben in Deutschland viel zu wenige Psychotherapeuten, um den Behandlungsbedarf zu decken. Im nächsten Jahr könnten sich die Engpässe in der ambulanten Psychotherapie noch einmal erheblich verschärfen. Durch das geplante GKV-Versorgungsstrukturgesetz droht 2012 ein Abbau von bis zu 2.000 psychotherapeutischen Praxen.“

Nach Stiftung Warentest entscheiden sich vier von fünf Menschen mit seelischen Problemen für eine ambulante Psychotherapie. „Das ist verständlich“, erklärt der BPTK-Präsident, „bei den meisten psychischen Erkrankungen ist Psychotherapie die Behandlungsmethode der ersten Wahl. Ein besonderer Vorteil der Psychotherapie ist dabei, dass die stabilisierende Wirkung von Psychotherapie auch noch lange nach Beendigung der Behandlung anhält.“

Aber wie bei anderen medizinische Behandlungen gilt auch für die Psychotherapie, dass nicht jede Behandlung erfolgreich ist. In der Umfrage der Stiftung Warentest brach jeder fünfte Befragte die Behandlung ab. Die häufigsten Gründe waren: keine Besserung, Schwierigkeiten mit dem Therapeuten und Zweifel an dessen Kompetenz. „Ist ein Patient mit den Fortschritten einer Psychotherapie nicht zufrieden, ist das ein Anlass, mit dem Psychotherapeuten über die Behandlung und mögliche Alternativen zu sprechen, rät BPTK-Präsident Richter. „Stellen Sie Ihre Fragen. Sprechen Sie Ihre Zweifel direkt an und suchen Sie eine gemeinsame Entscheidung mit dem Psychotherapeuten über die weitere

Behandlung.“ Ist das nicht möglich, kann sich der Patient auch an die Psychotherapeutenkammer seines Bundeslandes wenden, die die Berufsaufsicht über die Psychotherapeuten ausübt.

Links:

Psychotherapeutensuche: <http://www.bptk.de/service/therapeutensuche.html>

Patientenrechte: <http://www.bptk.de/patienten/wege-zur-psychotherapie/welche-rechte-haben-sie-als-patient.html>

Artikel von Stiftung Warentest: <http://www.test.de/themen/gesundheit-kosmetik/meldung/Ergebnisse-der-Umfrage-Psychotherapie-Therapie-hat-vielen-geholfen-4288428-4288430/>

Ihr Ansprechpartner:

Herr Kay Funke-Kaiser
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Telefon: 030 278785-0
E-Mail: presse@bptk.de